

Lamalou les Bains

Combes - Hérépian - Le Pradal

Le Poujol sur Orb - Les Aires

St Geniès de Varensal

St Gervais sur Mare

Taussac la Billière

Villemagne l'Argentière

GO!



Grand Orb
TOURISME
Avène - Bédarieux
Lamalou Les Bains

GO!



Programme des Animations du 1er au 30 avril 2024



PROGRAMME SOUS RESERVE DE MODIFICATIONS



Retrouvez-nous sur
facebook.



Instagram

VISITES ET DÉCOUVERTES



LUNDI 08 AVRIL ET LUNDI 29 AVRIL

Lamalou les Bains

RDV 15H00 dans le parc - GRATUIT

LE PARC DE L'USCLADE :

Les arbres ont une histoire ;

25 espèces ornent cet espace ; parmi les espèces méditerranéennes, d'autres essences ont été intégrées. Connaissez-vous l'histoire du ginkgo et les légendes autour du Séquoia ou de l'Arbre de Judée ?

Gratuit - Inscriptions avant 12h

Office de Tourisme Grand Orb - Tél. **04.67.95.70.91**

TOUS LES MARDIS

Au départ de Lamalou les Bains

RANDONNÉE ACCOMPAGNÉE

par le club de Bédarieux

RDV 14H30 - DEVANT L'OFFICE DE TOURISME

Parcours annoncé au moment du départ.

3€ à régler le jour de la sortie

Sur inscription au **04.67.95.70.91**

Faites vous expliquer les éventuelles difficultés avant le départ. Chaussures et vêtements de sport obligatoires

TOUS LES MARDIS

BALADE DANS LE CAROUX : SORTIE MOUFLON

RDV 19H - DEVANT LE MAGASIN SPORT & NATURE

Vous aurez une autre façon de voir la randonnée, la faune et la flore... La balade est suivie d'un apéritif convivial

13€/pers - minimum 8 personnes.

Réservation obligatoire au 06 70 54 63 21

ou directement au magasin (avenue Clémenceau)

TOUS LES VENDREDIS

BALADE GOURMANDE

RDV 19H - DEVANT LE MAGASIN SPORT & NATURE

À quelques kilomètres de Lamalou les Bains, petite balade de 20 minutes avant de mettre « les pieds sous la table » dans un milieu naturel en pleine forêt sur les hauteurs.

Balade + repas : 16€/pers - minimum 8 personnes.

Réservation obligatoire au 06 70 54 63 21

ou directement au magasin (avenue Clémenceau)

VISITES ET DÉCOUVERTES

VISITES GUIDÉES AVEC RONAN, GUIDE CONFÉRENCIER

Lamalou les Bains

MERCREDI 11 AVRIL : LAMALOU LES BAINS : UNE STATION THERMALE A LA BELLE EPOQUE

Simple hameau jusqu'au milieu du 19e siècle, Lamalou les Bains est devenue une station thermale réputée dans toute l'Europe, grâce à la vertu de ses eaux et au volontarisme d'hommes politiques et de médecins renommés. Vous découvrirez une ville charmante dont l'architecture évoque la Belle Époque... **RDV 15h30** devant l'Office de tourisme

JEUDI 18 AVRIL : ST PIERRE DE RHÈDES + VIEUX CIMETIÈRE

Lamalou les Bains possède un cimetière très ancien dominé par la vénérable église de Saint-Pierre de Rhèdes que nous commencerons par visiter. On se promènera ensuite dans les allées du vieux cimetière pour en raconter l'histoire et expliquer le sens du décor funéraire qui révèle, par son originalité ou son conformisme, sa modestie ou sa grandiloquence, une part de la personnalité des "résidents". ...

RDV 15h30 devant l'église

Inscription obligatoire au 06 09 70 28 69 / 04 30 72 44 05
Min.6 personnes - 8€ (paiement au guide le jour de la visite)



SAMEDI 27 AVRIL

Les Aires

VISITE COMMENTEE DE LA CHAPELLE ST MICHEL ET DES VESTIGES DU CHÂTEAU DE MOURCAIROL PAR LES AMIS DE ST MICHEL

RDV 15H SUR LE PARKING DU SITE

Vous découvrirez les vestiges du château de Mourcairol et la chapelle romane Saint-Michel, témoins d'un passé prestigieux, ainsi que le superbe panorama s'offrant à vous depuis la table d'orientation.

Prévoir chaussures de marches

Distance 1100m, dénivelé 50m, durée 1h45 -

Tarif :7€ - Réservation obligatoire au 06.08.87.21.52

SUR RENDEZ-VOUS

La Tour sur Orb - Boussagues

VISITE PATRIMONIALE DE BOUSSAGUES

Rdv Place de la Vierge

L'association « Les Amis du Vieux Boussagues » vous propose des visites guidées du village médiéval fortifié (site et monuments classés).

Réservation 24 heures au minimum **06 21 71 65 53** ou
ass.lesamisduvieuxboussagues@gmail.com - Tarif : 6€



VISITES ET DÉCOUVERTES



VENDREDI 12 AVRIL

VENDREDI 26 AVRIL

Combes - départ de Lamalou les Bains

VISITE AU RUCHER DES ARTS

Découverte d'une exploitation agricole locale, balade dans les châtaigneraies anciennes et récentes, visite de la miellerie, des abeilles, si le temps le permet, et dégustation (châtaignes grillées ou au naturel selon saison). Ce beau programme sera rythmé par les explications professionnelles de Lilian, le chef d'exploitation, enfant du pays, de Mathieu ouvrier agricole technique et de Muriel co-exploitante.

15H00 départ à pied de la boutique: 5km A/R, tenue debout 3H max

15H15 à mi-chemin* : durée debout estimée à 2H au total.

16H30 sur place* : Chemin des Arts, 34 240 Combes, avec voiture Cross

**Prévoir chaussures de marche, chapeau et bouteille d'eau
Chiens acceptés en laisse**

Inscriptions : - à la boutique **Le Rucher des Arts :**
2 avenue Charcot (à côté de l'Office de Tourisme)
- au **06 32 65 47 19** par **texto ou message vocal**
(merci de préciser noms et nombre de personnes).

3€/adulte et gratuit pour les enfants (<8ans)

* Faîtes-vous expliquer le parcours à l'inscription



HÉREPIAN
AVENUE DE LA GARE
04 67 95 39 95

www.GrandOrb.fr



Les journées
Nationales
Tourisme &
Handicap

c'est
en **AVRIL 2024**



Découvrez toutes les opportunités
sur www.tourisme-handicaps.org



Musée de la Cloche et de la Sonnaïlle

HEREPIAN – avenue de la Gare

Visites guidées sensorielles à 15h :
Jeudi 11 – 18 avril

Réservez au **04 67 95 39 95**

4€50/pers
2€/7-18ans
gratuit -7ans



LES AIRES

IMPERMÉABLE

C^{IE} LE CRI DÉVOT

VENDREDI 5 AVRIL, 20H00
Salle polyvalente

THÉÂTRE
À PARTIR DE 14 ANS

AGENDA DES ANIMATIONS ET DES FESTIVITES du Pôle de Lamalou les bains

MERCREDI 3 AVRIL

Lamalou les Bains

LES ATELIERS DE CHARLINE : Communiquer avec son ange gardien

14H - boutique Charline et ses secrets

Inscription obligatoire au 06-63-92-27-13 ou à la boutique Charline et ses secrets, 21 Av Charcot - 20€

JEUDI 4 AVRIL

Colombière sur Orb

RENCONTRE LITTÉRAIRE : LOUIS PHILIPPE DALEMBERT

18H30 - Salle communale

Rencontre littéraire proposée par Lectures vagabondes, autour du roman de cet auteur haïtien : «Une histoire romaine». Renseignements : 06 77 48 30 57

VENDREDI 5 AVRIL

Villemagne l'Argentière

SOIRÉE JEUX

rdv 20H00 - LUDOTHEQUE (à coté de l'école)

Entrée libre - Repas partagé - Renseignements : 06.26.20.22.54

SAMEDI 6 AVRIL

St Gervais sur Mare

LA P'TITE FABRIQUE

de 10h à 12h - « Chez Camille » 8 place du quai

Fabriquez des produits courants 100% naturels. Inscription obligatoire au 07 88 39 55 69

ATELIER SCRAPBOOKING

de 14h30 à 17h - « Chez Camille » 8 place du quai

Inscription obligatoire : 07 88 39 55 69

Lamalou les Bains

LOTO DU FOOT

à 16h30 - Salle des Fêtes

Organisé par le Football Club de Lamalou - Nombreux lots : Jambon, plateau de fromages, paniers garnis,

DIMANCHE 7 AVRIL

Villemagne l'Argentière

CONFÉRENCE : LA FORMATION DES VILLAGES MÉDIEVAUX EN BITTERROIS

à 15H00 - Salle Maison Roger

La Société Archéologique et Historique des Hauts Cantons de l'Hérault vous propose une conférence présentée par Henri Barthès. Places limitées. Participation libre. Inscription au : 06 08 87 21 52

Le Poujol sur Orb

LOTO

17H - Salle municipale

Organisé par le PEP's Poujolais

AGENDA DES ANIMATIONS ET DES FESTIVITES du Pôle de Lamalou les bains

MARDI 9 AVRIL

Villemagne l'Argentière

ATELIER D'EXPRESSION LIBRE

de 9h30 à 12h - à la ludothèque

Animée par La compagnie des Fées Multiples. En fonction des besoins et des envies, cela sera un atelier d'écriture, d'expression corporelle, théâtre forum... inscription au 06 26 20 22 54.

DU MARDI 09 AU JEUDI 11 AVRIL MARS

Lamalou les Bains

STAGE DE REMISE EN FORME

à 9h30 - lieu donné au moment de l'inscription

Inscription Myriam 06 73 54 02 02 avant vendredi 08 décembre - 3 activités à choisir parmi :

mardi, gym d'entretien 1h : 15€

mercredi : gym d'entretien 1h : 15€ ou marche rapide ou footing 1h : 5€

jeudi : randonnée pédestre 3 ou 4h : gratuite

MERCREDI 10 AVRIL

Lamalou les Bains

LES ATELIERS DE CHARLINE : Atelier spirituel : de l'intuition à la médiumnité

14H à la boutique Charline et ses secrets

Inscription obligatoire au 06-63-92-27-13 ou à la boutique Charline et ses secrets, 21 Av Charcot - 20€

JEUDI 11 AVRIL

St Gervais sur Mare

TABLE PARTAGÉE

de 10h à 12h - « Chez Camille » 8 place du quai

Vous apportez votre repas, vous vous attablez et passez un moment de convivialité pour rompre la monotonie du quotidien.

Lamalou les Bains

CONCERT OSADOC : ORCHESTRE SYMPHONIQUE

18H - Théâtre municipal

Osadoc est une association de 55 musiciens amateurs jouant au sein d'un orchestre symphonique de qualité encadrés par sept musiciens professionnels. Concert gratuit offert par la municipalité.

VENDREDI 12 AVRIL

Lamalou les Bains

SOPHRO-BALADE AVEC CELINE

Rdv 14H00 - à LA SOPHRONIERE, 1 bis chemin de Villecelle



AGENDA DES ANIMATIONS ET DES FESTIVITES du Pôle de Lamalou les bains

La Rando de Laure Le 13 avril 2024



3e édition!

Pour la 3e fois, et après 25 ans de Parkinson, je lance un défi à ma maladie dans la catégorie "c'est moi la plus forte!".

Votre soutien et vos encouragements me sont indispensables pour réussir à relever ce défi.
VENEZ MARCHER AVEC MOI.

Je vous attends nombreux pour cette journée de solidarité, de détente et de bonne humeur.

Détails au verso =>

Programme :

Rendez-vous à partir de 8h00 pour un Café - Croissant offert

9h00 : départ pour La randonnée de 12 km

Inscriptions :

- par mail : laure.saumier@gmail.com
- ou dans la page événement facebook "la rando de laure"

Déjeuner sur place :

- tiré du sac
- ou
- possibilité de réserver un repas auprès de Cécile au 06 15 27 85 49

13h00 : Concert du groupe "Duo Zoom"

Un répertoire de plus de 150 chansons de variété française et internationale des années 60 à nos jours
<http://duozoom.com/>



SAMEDI 13 AVRIL

St Gervais sur Mare

ATELIER UP- CYCLING : MA P'TITE COUSETTE

de 9h30 à 12h - « Chez Camille » - 8 place du Quai

Atelier couture. Thème du jour : réalisation d'un coussin de méditation
Inscription obligatoire au 07 88 39 55 69.

DIMANCHE 14 AVRIL

Villemagne l'Argentière

VIDE GRENIER

toute la journée - Cœur du village

Organisé par les amis de St Majan - Informations au 06-70-33-12-85.

Le Poujol sur Orb

LOTO

17H - Salle municipale

Organisé par la Pétanque en Dilettante

MERCREDI 17 AVRIL

Lamalou les Bains

LES ATELIERS DE CHARLINE : Initiation au pendule

14H - boutique Charline et ses secrets

Inscription obligatoire au 06-63-92-27-13 ou à la boutique Charline et ses secrets, 21 Av Charcot - 20€

Le Poujol-sur-Orb

Salle des Fêtes

Les Théâtres Poujolaises présentent

LES LOCS À TERRE

Texte

Sandra FREEMAN

Mise en scène

Louis SOLINE

Samedi

20 avril

2024

20h30

Bon spectacle !

Dimanche

21 avril

2024

17h00

Libre participation



AGENDA DES ANIMATIONS ET DES FESTIVITES du Pôle de Lamalou les bains

MERCREDI 17 AVRIL

Villemagne l'Argentière

ATELIER NATURE

De 14h à 18h - à la ludothèque

Des animateurs expérimentés feront découvrir au groupe de jeunes la flore et la faune qui nous entourent. Le projet est de faire un almanach de notre bio diversité. Inscription au 06 26 20 22 54.

ATELIER KIRIGAMI

De 14h à 18h - à la ludothèque

Venez découvrir le kirigami, ou l'art de sublimer le papier en le découpant. Inscription au 06 26 20 22 54.

SAMEDI 20 AVRIL

St Gervais sur Mare

CUISINER LES PLANTES SAUVAGES

de 9H à 12H - «Aux Treilles

Muffins salés aux orties, lardons et ail des ours des ours.
Inscription obligatoire au 07 88 39 55 69

Villemagne l'Argentière

RETROGAMING

de 14H à 18H A LA LUDOTHEQUE, à coté de l'école

Retrouver la nostalgie de vos jeux vidéo préférés. Renseignements: 06.26.20.22.54 - Libre participation

LUNDI 22 AVRIL

St Gervais sur Mare

JEUX DE MOTS

de 17h à 19h - au Petit Trianon - place du Casselouvre

Un moment de détente très gratifiant passant par l'écriture. Thème du jour : En Chanson

MARDI 23 AVRIL

Lamalou les Bains

LES ATELIERS DE CHARLINE : Méditation guidée en groupe

19H à la boutique Charline et ses secrets

Inscription obligatoire au 06-63-92-27-13 ou à la boutique Charline et ses secrets, 21 Av Charcot - 10€

Villemagne l'Argentière

ATELIER D'EXPRESSION LIBRE

de 9h30 à 12h - à la ludothèque

Animée par La compagnie des Fées Multiples. En fonction des besoins et des envies, cela sera un atelier d'écriture, d'expression corporelle, théâtre forum... inscription au 06 26 20 22 54.

St Gervais sur Mare

CONVERSATION FRANCO-ANGLAISE

de 14h à 15h30 - « Chez Camille »- 8 place du Quai

Bienvenue / Welcome « sans complexe ». Thème du jour : la place de l'informatique et de l'ordinateur dans ma vie. Information au 07 88 39 55 69.

la Cie Baudracco présente



Lamalou
les Bains
Station Thermale

Manon des sources

de

MARCEL
PAGNOL

de l'Académie Française

20€

VENDREDI 26 AVRIL À 20H30
 AU THÉÂTRE MUNICIPAL

Adaptation théâtrale et mise en scène de **Jean-Claude Baudracco**

RÉSERVATIONS :

Billetterie en ligne sur le site internet de la commune lamalou-les-bains.fr
Par téléphone au 04 67 95 63 07 ou directement en Mairie.

Placement libre.

AGENDA DES ANIMATIONS ET DES FESTIVITES du Pôle de Lamalou les bains

MERCREDI 24 AVRIL

Lamalou les Bains

LES ATELIERS DE CHARLINE : Lithothérapie: initiation aux pierres de protection

14H à la boutique Charline et ses secrets

Découvrez les bases de la lithothérapie, du choix de la pierre à l'entretien, apprendre à les ressentir.
Inscription obligatoire au 06-63-92-27-13 ou à la boutique Charline et ses secrets, 21 Av Charcot - 20€

JEUDI 25 AVRIL

Lamalou les Bains

MARCHÉ DE CRÉATEURS ET PRODUCTEURS

de 9h à 13h - Parc du Casino

Proposée par l'association l'Art de la Main. Renseignement 06 23 16 30 95

VENDREDI 26 AVRIL

Lamalou les Bains

SOPHRO-BALADE AVEC CELINE

Rdv 14H00 - à LA SOPHRONIERE, 1 bis chemin de Villecelle

Sur inscription au 06 45 27 84 40 - 10€ la séance

SAMEDI 27 AVRIL

Villemagne l'Argentière

INITIATION JEUX DE RÔLES

de 14H à 18H - A LA LUDOTHEQUE, à coté de l'école

Venez vous initier au jeu de rôle, création de personnage et partie découverte. A partir de 7 ans.
Renseignements : 06.26.20.22.54 - Libre participation

DIMANCHE 28 AVRIL

Villemagne l'Argentière

CONFÉRENCE : LES MOULINS DES AVANT-MONTS GABIANAIS

à 15H00 - Salle Maison Roger

Proposée par la Société Archéologique et Historique des Hauts Cantons de l'Hérault et Karyn Orengo,
Participation libre. Places limités. Inscription auprès d'Etienne DUMONT : 06 08 87 21 52

St Gervais sur Mare

GRAND LOTO DU PATRIMOINE

à 15h30 - Salle Culturelle (à côté de la halle aux sports)

21 parties - Bingo 300€ - tombola. Infos: 06.70.51.32.25

Le Poujol sur Orb

LOTO

17H - Salle municipale

Organisé par l'Age d'Or de l'Imbaïsse

LUNDI 29 AVRIL

St Gervais sur Mare

CONVERSATION FRANCO-ANGLAISE

de 14h à 15h30 - « Chez Camille »- 8 place du Quai

Avec « Grandir Ensemble », rendez-vous convivial et sans complexe.

Thème du jour : la place de l'informatique et de l'ordinateur dans ma vie. Infos au 07 88 39 55 69.

Randonnée Pédestre Gourmande



Dimanche 28 avril 2024

Capimont

HEREPIAN

10€ /pers

5€ pour les -12ans



12 km

D+280m

**Départ :
de 8h30 à 9h30**

**Rendez vous
devant le Musée de
la Cloche et de la
Sonnaille**

Accueil Café

+ 3 étapes gourmandes

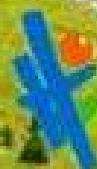
Apéritif à l'arrivée

Inscription au :

04 67 95 39 95

06 71 99 75 56

Les randonneurs participent à la randonnée gourmande
sous leur propre responsabilité d'assurance civile et individuelle.



INSCRIPTIONS JUSQU'AU
JEUDI 25 AVRIL - 12H



CROISIÈRE-PAËLLA + CHÂTEAU D'AGDE



DÉJEUNER INCLUS



DIMANCHE 28 AVRIL 2024



CE PRIX COMPREND

Le transport en autocar Grand Tourisme

- Une croisière sur le Canal du Midi à destination d'Agde avec repas Paella + Fromage + Dessert + vin et Café)
- Visite guidée du Château de Laurens.

CE PRIX NE COMPREND PAS

- Les achats personnels et tout ce qui n'est pas mentionné dans "ce prix comprend".

LIEUX DE DÉPART

- Lamalou-les-Bains - Les Halles : 6h30
- Hérépian - Centre : 6h45
- Bédarieux - Place COT : 07h00
- Saint-Félix-de-Lodez - Cave Coop. : 07h45

99€

TARIF ADULTE

89€

TARIF ENFANT

Enfant de 4 à 11 ans

TARIFS EN EUROS TTC PAR PERSONNE.



IM : 034210001

09h30: Embarquez et partez à la découverte du Canal du Midi lors d'une **croisière-repas à bord d'une péniche** fluviale typique de construction récente, dotée de larges baies vitrées pour une vue parfaite sur le paysage, même pendant le repas. Laissez-vous séduire par le charme des paysages et l'histoire riche des ouvrages d'art du Libron (uniques au monde), tels que le Pont des Trois Yeux, Les écluses de Portiragnes, Villeneuve, Ariège et le Pont Canal sur l'Orb à Béziers.

12h30: Profitez d'un repas à bord de la péniche, comprenant une paella, du fromage, un dessert, du vin de Pays et du café.

15h30: Arrivée à Agde et départ pour une visite à la découverte d'une villa-palais aux allures de temple antique. **Le Château Laurens** est un témoignage unique de l'Art Nouveau méridional. Imaginé par un Agathois de 25 ans, ce monument historique, édifié vers 1900, est un manifeste de l'art de vivre à la Belle Époque. Ses décors extravagants et son mobilier exceptionnel combinent des influences égyptiennes, gréco-romaines et orientales, intimement liées à son propriétaire, un esthète et voyageur passionné.

Embarquez pour une journée de voyage onirique !

Retour vers votre localité à la fin de la visite.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS :

AUTOCARS BERNARD PONS & FILS : 04.67.97.02.03

OFFICE DE TOURISME GRAND-ORB :

- Pôle Lamalou-les-Bains : 04 67 95 70 91
- Pôle Bédarieux : 04 67 95 08 79
- Pôle Avène : 04 67 23 43 38



ACTIVITES et LOISIRS HEBDOMADAIRES

Jeux de cartes

BRIDGE

LAMALOU LES BAINS

Tournois hebdomadaires le lundi après-midi à Lamalou les Bains, et le vendredi après-midi à Bédarieux - cours de bridge GRATUITS .

Contact et renseignements : 06 89 10 47 16 ; 06.88.52.24.19 ou secretaire@bridgevalleedorb.fr

JEUX DE CARTES

LAMALOU LES BAINS

ASSOCIATION DU QUARTIER DE CAPIMONT - Rens. 06.07.18.42.78

Salle parc Pierre Danos mardi et jeudi de 14h à 18h

Jeux de société

LE CLUB DE L' AMITIE

LAMALOU LES BAINS

Mardi et Vendredi : 13h45 –17h30.
Salle des associations Mairie
Mr MAILLARD 07 62 21 99 48.

GRANDIR ENSEMBLE

SAINT GERVAIS SUR MARE

Tous les mercredis de 14h à 17h
Petit Trianon - 06 07 98 61 62
www.grandireensemble34.com

LA LUDOTHÈQUE

VILLEMAGNE L'ARGENTIERE

à côté de l'école:
mardi et vendredi 16h -18h30
mercredis 10h-12h et 15h-18h30

SOIRÉE JEUX

SAINT GERVAIS SUR MARE

Au café restaurant Les Figues
Cartes - jeux de société - jeux de plateau : 04 67 23 61 98.

Aide informatique et administrative

VILLEMAGNE L'ARGENTIERE

Salle informatique à côté de l'école:
les jeudis 16h30 - 19h
Renseignements : 06 26 20 22 54

Sport

ZUMBA

LES AIRES

Tous les lundis, de 18h30 à 19h30
Salle polyvalente - par Fafou
07 67 32 88 28 - 5€ le cours

PARENTHÈSE SPORTIVE

ST GERVAIS SUR MARE

Les vendredis, de 9h30 à 11h30
Petit Trianon–place Casselouvre.
Infos: Olivia 07 88 39 55 69

RENFORCEMENT MUSCULAIRE

LAMALOU LES BAINS

Gym douce et renfo : lundi 18h/19h
Cardio + CAF : lundi 19h15/20h15
jeudi 19h30/20h30
06 23 78 48 38 - salle des fêtes

LES AIRES

Renforcement musculaire :
mercredi 18h30/19h30
CAF : vendredi 18h15/19h15
06 23 78 48 38 - salle polyvalente

Loisirs Créatifs

ATELIER ORIGAMI

LAMALOU LES BAINS

Salle Pierre Danos - dès 8 ans.
Mercredi 10h-12h / Jeudi 18h19h
Infos - Inscriptions : 06-13-23-07-34

LES PASSIONNES DU FIL

LAMALOU LES BAINS

Broderie, tricot, crochet et point de croix - 06.13.56.90.40
Mercredi de 14h30 à 16h30.
Salle des Associations (coté mairie)

POTERIE

ST GERVAIS SUR MARE

Chez Camille - 8 place du Quai
Enfants : Mercredi 14h-16h
Adultes : Mardi 17h-19h
20€ la séance /150€ les 10
Infos: Olivia 07 88 39 55 69

TRICOT

ST GERVAIS SUR MARE

Chez Camille - 8 place du Quai
Jeudi 14h30-17h - Gratuit
Infos: Olivia 07 88 39 55 69

Pétanque

PETANQUE SOLID'AIRES

LES AIRES

Tous les lundis, mercredis et vendredis de 14h à 18h : des après-midi fort animés et bien gourmands.
Enthousiasme et belles rencontres sont au RDV -
Infos : 06 88 10 57 92

LE CLUB DE PETANQUE

LAMALOU LES BAINS

Concours à la mêlée
Mardi et jeudi après-midi
07.83.23.64.32

Yoga

UN TEMPS POUR SOI

LAMALOU LES BAINS

18 avenue Foch
Nathalie 06 21 09 85 74 :
lundi 18h30 - 20h
Carole :06 6347 85 14
mar. 18h30 - 20h et mer. 15h30-17h
Laura : 07 67 30 02 35 :
mercredi 18h30 - 20h et
jeudi 10h - 11h30 et 18h30 - 20h

Divers

LES CHÊNES VERTS EN GRAND ORB

HEREPIAN

Marche « tranquillo ».
Lundi et jeudi, rdv 14h au musée de la cloche et de la sonnaille : Nicole Funda:06 31 63 65 65 – nicole.funda@free.fr -niveau facile.

Atelier mémoire Lundi 14 h 30,
Thérèse Bironneau 06 73 20 88 65
th.bironneau@gmail.com
10 personnes maximum, éventuellement 2 groupes.

Sophrologie Lundi 17 h 15
Clément MIRALLÈS 06 26 34 80 54
clement.miralles@orange.fr
10 personnes maximum, éventuellement 2 groupes.

Et toujours plus d'animations sur : www.grandorb.fr/Sortir/



ACCUEIL

BUREAU D'INFORMATION TOURISTIQUE

LAMALOU LES BAINS

TEL. 04.67.95.70.91

lamaloulesbains@tourisme-grandorb.fr

Nos horaires :

Lundi - Mercredi - Jeudi - Vendredi

9h -12h et 14h -17h

Mardi : 9h-13h

Samedi : 9h-12h

Fermé les dimanches et jours fériés



Grand Orb
TOURISME
Avène - Bédarieux
Lamalou Les Bains

GO!